Parmi les Editions du Ministère des Affaires Islamiques, des Waqfs, de l'Appel et de l'Orientation
Aux frais de
la Fondation Philanthropique
"Ibrahim Ibn Abdel Aziz AL-BRAHIM"

LES MOYENS UTILES POUR UNE VIE HEUREUSE

Ecrit par:

Al-Sheikh Abderrahmane Ibn Na'ssir Al-Sa'di
(Qu'Allah lui accorde Sa miséricorde)

Traduit par:
BELLO MANA

Revu et corrigé par:
Abdoulwahabi MALIKI

Sous la supervision du Sous-Secretariat d'Etat au Ministère des Affaires Islamiques, des Waqfs, de l'Appel et de l'Orientation chargé des Editions et des Publications

King Fahd National Library Cataloging-in-Publication Data

Al-Si'idy, Abdurrahman bin Nasir

Les moyens utiles pour une vie heureuse/ traslated by Bello Mana-.-Riyadh.

42 p., 12x17 cm

ISBN: 9960-29-400-5

1- Preaching 2- Happiness I- Mana Bello (trans.) II- Title

213 dc 3917/22

Legal Deposit no. 3917/22

ISBN : 9960-29-400-5

بسم الله الرحمن الرحيم

بسم الله الرحمن الرحيم

Au nom d'Allah, le Très Miséricordieux, le Tout Miséricordieux

PREFACE

Louanges à Allah, l'Unique, et que la paix et la bénédiction d'Allah soient sur le sceau des Prophètes, sur sa famille, sur tous ses compagnons et ceux qui l'ont suivi avec charité jusqu'au Jour de la Récompense.

Ce message béni dénommé " Les Moyens Utiles pour une Vie Heureuse" éclaircit la définition du vrai bonheur qui est l'objectif primordial de tout être humain dans cette vie. Certes ces idées se divergent avec le contexte du "bonheur" et la manière de le réaliser. Il y a ceux qui pensent que sa réalisation nécessite à amasser des fortunes et les faire croître; d'autres pensent qu'il est cerné par la santé et la sécurité; il y a ceux qui l'observent sur la subsistance licite et l'acquisition d'une science utile; tandis que d'autres le trouvent dans la vraie foi, les bonnes oeuvres et la fidélité à ses principes.

Rien n'empêche de considérer que tout ce qui vient d'être cité fait parti du contexte du mot "bonheur" puisque tout ceci converge avec les principes et les normes de la CHARIA (loi islamique), mais on s'aperçoit qu'il y a deux sortes de bonheur:

1-Le bonheur mondaine, temporaire, limité par une courte et instable vie.

2-Le bonheur de l'au delà qui est éternel et infini.

Tous les deux bonheurs sont corrélatifs et inséparables. Le bonheur de ce bas-monde est simultané à celui de l'au-delà. La vie heureuse dans ce bas-monde et l'au-delà se limite en la satisfaction d'Allah pour les pieux croyants comme Allah, Le Très Haut, a dit: " Quiconque, mâle ou femelle, fait une bonne oeuvre tout en étant croyant, Nous lui ferons vivre une bonne vie. Et Nous les recompenserons, certes, en fonction des meilleures de leurs actions." [Sourate An-Nahl (les abeilles), Verset: 97.]

Cher Frère béni, qu'est ce que c'est que le "bonheur"? Comment se réalise-t-il? Qu'est ce que c'est que le malheur? Et comment se le méfier?

Le bonheur se focalise à l'obéissance en Allah, Le Trés Haut, et à l'obéissance en Son Généreux Serviteur Mohammed (Pbsl).

Et le malheur se focalise à la désobéissance à Allah et à Son messager. Allah, Le Trés Haut, a dit: " Quiconque obéit à Allah et à Son messager obtient certes une grande réussite." [Sourate Al-Ahzab (les coalisés), Verset:36].

Ce livre " Les Moyens Utiles pour une Vie Heureuse" de Son Eminence, le Savant Al-Sheikh Abderrahmane Ibn Naa'ssir Al-Sa'di – qu'Allah le bénisse- comporte 08 chapitres dont l'auteur a défini les mobiles et les causes du vrai "bonheur". Il a éclaircit le chemin qui mène à ce " bonheur" ainsi que les moyens à utiliser pour son obtention, en se basant sur des preuves juridiques tirées du Saint-Coran et de la Sounnah (Traditions prophétiques), afin de tracer le vrai chemin qui mène vers une vie heureuse, celle dont toute la communauté musulmane est appelé à suivre dans le but d'organiser sa vie en toute lumière et clairvoyance.

En guise de sa participation à l'éveil des consciences et des mentalités, le Ministère des Affaires islamiques, des Waqfs, de l'Appel et de

l'Orientation porte son choix sur ce livre qu'il le compte parmi ses nombreuses publications, pour qu'il soit le guide éclairé dans cette vie pleine de troubles.

Nous implorons Allah, Le Trés Haut, Le Puissant, de combler de recompenses à son auteur et à tous ceux qui ont participé ou ont aidé à son édition, sa publication, ainsi que la conception de sa maquette. Allah est Le Conciliateur et Le Guide vers le droit chemin, Il nous suffit, Il est notre meilleur Garant.

Que la paix et la bénédiction d'Allah soient sur Son Prophète, sa famille et sur tous ses compagnons.

Dr. Abdallah Ibn Ahmed AZZAYD

Sous-Sécrétaire d'Etat adjoint chargé des Affaires d'Editions et de Publications.

PREFACE DE LA PREMIERE EDITION

Ce message que nous detenons, nous trace les grandes lignes du vrai “bonheur” dont tout homme aspire et s’efforce à atteindre, loin de tout penchant et inclinaison humanitaire, en se basant sur des preuves compétentes tirées du Noble-Coran et de l’orientation de notre Prophète (pbsl). C’est ce même bonheur que toute la communauté des croyants cherche à atteindre pour le vivre, car c’est le seul chemin qui réglementerait notre passage dans cette vie, sur base de piété et de satisfaction d’Allah.

L’auteur de ce message est Son Eminence le Sheikh Savant Abderrahmane Ibn Naa’ssir Ibn Abdallah Al-Sa’di; né à OUNAYZAH région de Gassim dans la province de Najd, Royaume d’Arabie Saoudite.

Il perdit ses parents très jeune; il se caractérisait par une énorme intelligence et une envie de savoir inébranlable. Il débuta à mémoriser le Coran dès le bas âge et dont il acheva à l’âge de douze ans. Il étudia les Sciences Islamiques chez les Erudits de son village et chez bien d’autres qui étaient de

passage dans sa région natale. Il consacra des gros efforts qui seront censurés par un maximum de sciences et de savoir.

A l'âge de 23 ans, il commença à dispenser des cours tout en demeurant disciple des Erudits. C'est ainsi qu'il passa toute sa vie dans l'éducation et l'enseignement dont beaucoup ont profité de son savoir.

On peut citer parmi ses Sheikhs (professeurs) :

1-Le Sheikh Ibrahim Ibn Hamad Ibn Djassir qui fut son premier professeur.

2-Le Sheikh Saleh Ibn Outhman, le quadi (juge) d'Ounayzah, chez dont il apprit les Fondaments (Al-Oussoul) et la Jurisprudence (Al-Fiqh), la Théologie, l'Exégèse du Coran, le Syntaxe et la Morphologie de la Langue Arabe. Il restera attacher à ce dernier jusqu'à sa mort.

Le Sheikh Al-Sa'di jouissait en général d'une parfaite connaissance de la Jurisprudence, de ses Fondaments, une grande expérience en la Théologie et ses multiples thèmes à cause de sa prise en considération et de l'importance qu'il

attachait aux oeuvres d'Ibn Taymiyyah et d'Ibn Al-Quayyim en particulier.

Comme il s'adonnait beaucoup à l'Exégèse du Coran (Tafsir) et ses diverses branches, il fut parmi les spécialistes en la matière.

Il compte parmi ses oeuvres en Exégèse du Coran :

1-La facilité du Généreux Bienfaiteur sur l'Exégèse de la Parole du Miséricordieux. (08 Tomes).

2-La facilité du Doux Bienfaiteur sur le condensé de l'Exégèse du Coran.

3-Les meilleures principes de l'Exégèse du Coran.

Et parmi ses oeuvres dont nous préconisons l'acquisition et le profit en dehors de celles qui sont énumerées :

4-L'orientation à la connaissance des jugements.

5-Les jardins florissants.

6-La splendeur des coeurs des gens du bien.

7-La methode des passants et l'éclaircissement de la jurisprudence en réligion.

8-Le Jugement sur les fumeurs et vendeurs de tabacs.

9-Les Fatawas (decrets réligieux) sa'dites.

10-Sermons de Vendredi (30 Tomes).

11-La claire vérité sur le commentaire de la Théologie des Prophètes et des Messagers.

12-L'Eclaircissement de la suffisante guérissante.

Il en possède également beaucoup d'oeuvres sur la Jurisprudence, la Théologie, le Hadith (Traditions prophétiques), les Fondaments (Al-Oussoul), ainsi que des recherches en Sociologie et en diverses Fatawas (décret réligieux).

Il fut atteint d'une grave et incurable maladie allertant son imminente disparition. Il rendit l'âme dans la nuit du Jeudi 23 Djoumada Al-Thani 1376 AH à Ounayzah.

Il a marqué tous ceux qui l'ont connu de près ou de loin. L'émotion fut grande chez tous ses élèves.

Qu'Allah le bénisse et qu'Il nous fasse profiter de son savoir ! Amen ! !

RIYAD, 11 RAMADAN 1378 AH

Entreprise Al-Nour pour l'Edition et la Confection de Réliure

PREFACE DE L'AUTEUR

Louanges à Allah, qui détient tous les louanges ; et j'atteste qu'il n'y a de divinité à part Allah, l'Unique, qui n'a point d'associé ; et j'atteste que Mohammed est Son serviteur et Son messager ; que la paix et la bénédiction d'Allah soient sur lui, sur sa famille et ses compagnons.

La paix de la conscience, la quiétude, la joie ainsi que la dissipation de l'angoisse et de l'amertume sont revendiquées par chacun de nous. Elles restent la résultante d'une agréable vie pleine de joie et de gaieté. Pour cela, il y a des mobiles réligieux, des mobiles naturels et des mobiles opérationnels.

Nul ne peut réunir tous ces mobiles à part les croyants (musulmans).

Quant aux autres (non-croyants), bien que quelques-uns de ces mobiles peuvent s'appliquer sur eux, sauf que les aspects les plus avantageux et les plus assurés leur échappent.

Je citerai dans mon message-ci, ce qui me revient comme cause de cette grande requête

que cherche tout un chacun de nous à concrétiser.

Certains ont pu atteindre beaucoup de ces requêtes et ont pu mener une vie heureuse alors que d'autres les ont toute échoué et ont mené une vie misérable, cependant les uns les apperçoivent tant bien que mal selon le succés remporté.

Allah est Le Conciliateur et Le Soutien pour réaliser toutes bontés ou pour écarter tous périls.

CHAPITRE

1-La grande cause, la base même de ceci est la foi et les bonnes oeuvres. Allah, Le Très Haut, a dit: **"Quiconque, mâle ou femelle, fait une bonne oeuvre tout en étant croyant, Nous lui ferons vivre une bonne vie. Et Nous les récompenserons, certes, en fonction des meilleures de leurs actions." [Sourate An-Nahl (les abeilles), Verset:97].**

Allah a notifié et a promi une vie heureuse, une meilleure récompense à toute personne qui joint à la foi, les bonnes oeuvres, tant dans ce bas-monde que dans l'au-delà.

La raison est claire, ceux qui croient en Allah, disposant d'une parfaite foi, source de bonnes oeuvres, de bonnes moeurs et de bonnes actions dans leurs vies (bas-monde et l'au-delà), ceux-là disposent des principes leur permettant d'obtenir tout ce qui est vecteur de joie et de gaieté, de resister devant les mobiles de la tristesse, de l'angoisse et de l'amertume.

Ils accueillent favorablement toute affection et satisfaction en remerciant. Il en font bon usage. S'ils s'en servent de cette manière, cela leur procurera la gaieté comme ils en désireront. Qu'elle perdure et qu'elle soit bénie. Ils espèrent en même temps une récompense grandiose qui dépassent de loin ces gaietés dont ils ont récolté les fruits.

Ils font de la résistence devant les exécrations, les malheurs, les angoisses et amertumes comme ils le peuvent. Et ils s'arment d'une belle patience pour celles dont ils sont incapables d'agir. C'est ainsi qu'ils auront comme fruit de leur récolte une résistance favorable, une expérience et une force ; Néamoins ils auront comme fruit de leur patience et de leur espoir, la récompense d'Allah ; ils auront des grandes choses dissipant

toute exécration qui sera remplacée par des satisfactions, des bons espoirs, de l'envie de la grâce d'Allah et de Sa récompense. Comme le Prophète (pbsl) en a souligné dans un Hadith authentique : **« Etonnant l'affaire d'un croyant (musulman) ! Toutes ses affaires se vouent à son avantage. S'il lui arrive d' être joyeux, il remercie; cela lui est meilleur. S' il lui arrive du mal, il patiente, cela lui est meilleur. Cela n'est offert à aucune personne à part un croyant (musulman). » [narré par Mouslim].**

Le Prophète (pbsl) a dit que les avantages et les biens d'un croyant se multiplient en fonction de ce qui lui advient de satisfaction et d'exécration.

Raison pour laquelle, il t'arrive de trouver deux individus ayant été victimes d'une même calamité, mais leurs comportements vis à vis de cette calamité diffèrent, ceci en fonction de leurs disproportions confessionnelles et de leurs bonnes oeuvres.

Celui dont on ne peut attribuer ces deux qualificatifs (foi et bonnes oeuvres) accepte le bien comme le mal et toutes leurs suites, avec remerciement et patience comme on a sus-cité. Il

devient joyeux et gaie. Toutes ses amertumes et ses angoisses se dissippent cédant la place à une agréable vie dans ce bas-monde.

Quant au second, il accueille tout désir avec arrogance et insolence. Ses moeurs se diffractent. Il le reçoit avec cupidité et frayeur comme les animaux. Toute sa conscience est de mise, et plus grave encore, ses pensées se diffusent dans la peur que ces désirs soient précaires, dans la confusion et la contradiction apparentées à ses moeurs.

Comme il nourrit un certain optimisme en la concrétisation de ses espoirs d'une part, et d'autre part il est pessimiste en leurs concrétisations, il est toujours inquiet. Il accueille les exécrations avec angoisse, avec impatience et avec lassitude. Ne cherche pas à connaître sa misère, les maladies mentales et les maladies neuropathologiques qui l'entourent. Plus grave encore cette crainte et cette peur peuvent l'entraîner à une fin tragique, car il n'espère en aucune récompense tout en étant démuni de toute patience qui le consolera et le soulagera.

Tout ceci est visible par celui qui en fait l'expérience. Un exemple de ce jarre, si tu

observes, applicant sur les cas des gens, tu trouveras une grande différence entre le croyant (musulman) pratiquant, conforme à sa foi et celui qui ne l'est pas. La réligion nous incite beaucoup à se contenter de ce qu'Allah a offert à Ses serviteurs, de Sa grâce et de Sa charité.

Si le croyant est soumis à l'épreuve (maladie, pauvreté et autres) que l'un d'entre nous peut être exposé à tout moment, avec sa foi, sa conviction et sa satisfaction de la sorte qu'Allah lui a reservée dans sa vie, tu le trouveras fier ; toutes ses ambitions convergent avec ses moyens dont il possède. Tous ses regards se tournent vers ses inférieurs et non vers ses supérieurs. Il se peut qu'il soit plus heureux que celui qui réunit toutes les aisances de la vie, si ce dernier ne se contente pas de ce qu'il possède.

Comme tu peux trouver quelqu'un dont tous les actes ne sont pas conforment à sa foi, s'il lui arrive d'éprouver une pauvreté ou qu'il perd les mobiles de l'aisance de cette vie mondaine, tu le verras miséreux et malheureux.

Un autre exemple : s'il y advient une raison poussant à la crainte et à la peur, tu rencontreras que celui qui jouissait d'une véritable foi a la

conscience tranquille, animé de quiétude, gérant cette épreuve avec toutes ses pensés, ses paroles et ses actes, comme il le peut. Il s'est résigné à Allah pour faire face aux embarassants. Ceci libère la conscience de l'homme et le fortifie.

Quant au dépourvu de foi, il est le contraire de ce qui vient d'être cité. S'il lui arrive à avoir des craintes pour quelque chose, son coeur s'agace, ses nerfs sont tendus et ses pensées se diffusent. Il est animé par la peur et la panique. Une peur externe et une angoisse interne dont nul ne peut décrire. Ce jarre de gens s'ils n'arrivent pas à avoir des mobiles naturels qui leur serviront de leçons, eh bien! Leurs forces s'effondrent et leurs nerfs se tendent. Tout ceci par manque de foi qui mène à la patience plus particulièrement dans les circonstances embarassantes ainsi que dans les moments tristes et agaçants.

Le généreux et l'impudique, le croyant et le mécréant s'associent à se procurer d'une bravoure acquise. L'instinct adoucit les craintes et les dissippe ; mais le croyant se distingue par la force de sa foi, de sa patience, de sa confiance en Allah et de son espoir en sa récompense. Tout ceci augmente sa bravoure, diminue ses craintes

et adoucit ses peines comme Allah, Le Très Haut, a dit : **« Si vous souffrez, lui aussi souffre comme vous souffrez, tandis que vous espérez d'Allah ce qu'il n'espère pas. » [Sourate An-Nisa' (les femmes) Verset :104].**

Ils obtiendront de l'aide d'Allah, de sa source spéciale et de son secours ce qui ferait voler leurs craintes en éclats. Allah, Le Très Haut, a dit : **« Et soyez endurants, car Allah est avec les endurants. » [Al-Anfal (le butin) Verset :46.]**

2-Parmi les mobiles qui font disparaître la tristesse et l'angoisse, la charité envers les créatures ; en joignant les paroles aux actes sur toutes sortes de service rendu. Tout ceci fait parti de bien et de charité. C'est avec les actes qu'Allah écarte les tristesses et les angoisses du généreux et l'impudique. Mais le croyant (musulman) aura certainement la grande part et se distingue de l'impudique puisque sa charité émane de son dévouement, de son abnégation et de son espoir en sa rétribution. C'est ainsi donc qu'Allah lui facilite la tâche sur ce qu'il espère

du bien. Et Allah lui protégera de toutes exécrations à cause de son dévouement et de son espoir en la récompense d'Allah. Allah, Le Très Haut, a dit : **« Il n'y a rien de bon dans la plus grande partie de leurs conversations secrètes, sauf si l'un d'eux ordonne une charité, une bonne action ou une conciliation entre les gens. Et quiconque le fait, cherchant l'agrément d'Allah, à celui-là Nous donnerons bientôt une récompense énorme. » [Sourate An-Nisa' (les femmes) Verset :114].**

Allah nous dit que tous ces actes seront considérés comme biens pour celui dont ils proviennent. Le bien appelle le bien et écarte le mal ; d'oú le croyant nourrit l'espoir en la récompense d'Allah ;Allah lui donnera une grande récompense parmi laquelle la disparition et la dissipation de son angoisse, de sa tristesse, de ses ennuis et consorts.

CHAPITRE

3-Parmi les mobiles qui écartent l'angoisse ayant pour origine la tendance de nerfs et les troubles de conscience ; occuper une fonction

administrative ou bien apprendre une science bénéfique. Ceci préoccupe le coeur de ce qui l'angoissait. Il se peut qu'il oublit même les raisons de cette angoisse et qu'il se divertisse de manière à ce que son dynamisme et son activité doublent d'intensité. Cette cause est évidente chez le croyant (musulman) ainsi que d'autres. Mais le croyant (musulman se distingue par sa foi, par son abnégation, par son espoir en la récompense d'Allah sur la science qu'il a apprise ou qu'il a enseignée, et par ses bonnes oeuvres ; si c'est une adoration elle sera considérée comme telle ; mais si c'est une activité ou une habitude de cette vie mondaine, il faut l'accompagner d'une intention appropriée. Le but de ce recours est l'obéissance à Allah.

Cela a des effets efficaces pour écarter toutes sortes de tristesse et d'angoisse. Combien d'hommes qui ont été éprouvé par l'angoisse, obsédé par des troubles, ont été victimes de plusieurs maux alors que leurs remèdes efficaces ont été l'oubli de la vraie cause qui les troublait la conscience, les angoissait et que leurs préoccupations par un emploi les éloigna de tous les ennuis ?

Il faut que cet emploi trouve en lui toute sa passion et soit pour lui un moyen parmi lequel il se familiarise facilement. Ceci incite beaucoup à atteindre cet objectif. Allah est plus connaisseur.

4-Ce qui éloigne la tristesse et l'angoisse, le fait de converger toutes ses pensées, qu'il donne de l'importance à sa préoccupation journalière et d'interrompre tous liens ayant trait aux occupations du futur. Il ne doit en aucun cas éprouver des regrets au temps passé. C'est pour cette raison que le Prophète (pbsl) demanda refuge auprés d'Allah pour toute angoisse ou tristesse. [relaté par Boukhari et Mouslim].

L'amertume causée par des actes précédents dont on ne peut en aucun cas revivre le scénario, ou bien l'angoisse ayant pour origine la crainte du futur, tout ceci nous interpelle à ce qu'on soit le fils de notre journée et qu'on réunisse tous nos efforts pour améliorer notre journée et le présent. Réunir toute sa conscience pour ce but est la résultante même de l'accomplissement d'un travail parfait et à la fin, on se distrait de nos angoisses et de nos tristesses ; le Prophète (pbsl) en invoquant

Allah, ou en orientant sa communauté à l'invocation, exhortait à faire le maximum d'efforts pour le but escompté, tout en se basant sur l'assistance d'Allah et la convoitise en ses grâces. Car l'invocation est comparative à l'acte.

Le serviteur doit user de tous ses efforts pour l'interêt de la réligion et de son monde. Il implore Son seigneur la réussite de son objectif, il cherche Son assistance comme le Prophète (pbsl) a dit : **« Veuille à ton profit, cherche l'assistance d'Allah, ne faiblis pas. S'il t'arrive quelque chose ne dit pas :si j'aurai fait ceci,il en serait ainsi et ainsi ; mais dis plutôt : c'est le destin d'Allah et ce qu'il a voulu s'est réalisé, car le mot « si » ouvre l'acte du Satan. » [narré Mouslim].**

Le Prophète (pbsl) a réuni entre le désir à faire des actes bénéfiques à tous moments, et le recours à l'assistance d'Allah, la non soumission à l'impuissance qui est la paresse, le fait de se soumettre aux faits accomplis, le fait de voir le Jugement d'Allah et Sa prédestination.

Il scinda les actes en deux groupes :

a)-Là oú le serviteur peut faire des efforts pour obtenir ou écarter, voire tempérer. Là-bas il

est interpelé à user de toutes ses forces en sollicitant l'assistance de Son créateur.

b)-Là oú il n'y peut rien. Il est appelé à se tranquiliser, à accepter et à se soumettre.

Il n'y a aucun doute que ce principe est le vecteur principal de la fin de nos angoisses et de nos amertumes, sil est considéré.

CHAPITRE

5-Le plus grand mobile qui soulage le coeur et reconforte le moral ; la multiplication de ZIKR (rappel). Ceci a un effet étonnant sur le soulagement et le reconfort du coeur, comme cela l'éloigne également de ses peines et de ses tristesses. Allah, Le Très Haut, a dit : « **N'est-ce point par l'évocation d'Allah que se tranquilisent les coeurs ?** » **[Sourate Ar-Raad, Verset :28].** Le ZIKR (le rappel d'Allah) a un grand effet sur l'acquisition de ce but et sur ce que compte le serviteur comme récompense en le faisant.

6-C'est ainsi que le fait de vanter les grâces d'Allah, le fait d'exprimer sa grattitude et de les vanter ; est la cause principale pour qu'Allah fasse éloigner la tristesse et l'angoisse. Et ceci incite le serviteur au remerciement qui est donc au premier rang des oeuvres acceptées par Allah ; même si on est pauvre ou malade ou atteint d'autres épreuves.

Si l'on compare entre les gâces infinies d'Allah et les exécrations qui l'ont atteintes, il en saura que ses peines ne valent rien devant les grâces d'Allah sur lui.

D'autant que si le serviteur est soumis à l'épreuve des exécrations et les calamités et qu'il les affronte avec patience, avec satisfaction et avec soumission, le poids de ses épreuves se dégradera. L' espoir du serviteur en la récompense d'Allah, son adoration en s'armant de patience et de satisfaction dissipent les épreuves. La douceur de la récompense fait oublier toute l'amertume que le serviteur avait et particulièrement celle de la patience.

7- Le plus profitant dans ce domaine est de prendre acte de ce que le Prophète (pbsl) nous a

orienté selon le Hadith authentique : **« Regardez vos inférieurs et ne regardez point vos supérieurs car cela est plus convenable à ce que vous ne dédaignez pas les grâces d'Allah. » [narré par Boukhari et Mouslim].**

Si le serviteur se conforme à cette reflexion, il sera au dessus de beaucoup de personnes dument riches et bien portantes. Ses angoisses et ses amertumes se dissipent, sa joie et sa satisfaction ne font qu'augmenter et il se comblerait de cet enchantement qu'il a vis à vis des grâces d'Allah qui l'ont placé au devant de ses inférieurs.

A chaque fois que le serviteur considère les grâces d'Allah, qu'elles soient de nature confessionnelle ou mondaine, il verra que Son Seigneur lui en a fait part belle et l'a mis à l'abri de beaucoup de maux.

Il n'y a aucun doute que cela repousse l'angoisse, l'amertume et confirme la gaieté ainsi que la joie de vivre.

CHAPITRE

8-Parmi les mobiles qui adjugent la joie, la gaieté et repoussent l'angoisse ainsi que

l'amertume ; le fait d'oeuvrer à s'éloigner de tout ce qui rend triste, de s'approcher de ce qui procure la joie, la gaieté, tout en cherchant à oublier le passé avec ses lots de tristesses qu'on ne peut en aucun cas retrocéder. Il faut qu'on sache que le fait de revivre ses angoisses en âme et conscience est considéré comme frivole et stupide. L'on combat sa conscience à ne plus revenir là dessus, tout en engageant un autre front celui de crainte pour le futur comme lueur de la pauvreté, lueur de la peur et d'autres qui ne sont que de pures imaginations. Il faut qu'il sache que tout ce qui adviendrait dans le futur du bon comme du mal, d'espoirs comme des peines restent et demeurent inconnu. Tout ceci se trouve dans la main du Puissant et du Sage (Allah). Les serviteurs n'en détiennent rien, à part qu'ils en tirent les avantages ou qu'ils repoussent les inconvenients. Que le serviteur sache quand il arrive à dissuader ses pensées de tout pessimisme sur son futur, qu'il s'en remet à son Seigneur pour son ajustement, et qu'il lui fasse confiance. S'il le fait, il aura une conscience tranquille. D'une part ses affaires seront assainies et d'autre part ses angoisses et tristesses disparaîtront.

9-Ce qui est bénéfique sur le futur des choses, le fait de citer cette invocation que le Prophète (pbsl) avait citée : **« Oh Allah ! assainis ma Réligion qui est mon vertu ; assainis mon Dounya (bas-monde) qui est le lieu de ma subsistance ; assainis mon A'akhirah (au-delà) qui est mon retour ; fais que ma vie soit une aubaine de multiplication de biens et que la mort soit pour moi un repos pour tout mal. » [relâté par Mouslim].** Ainsi que ses paroles : **« Oh Allah !J'espère ta miséricorde, ne m'abandonne pas à mon propre sort même pour un clin d'oeil. Assainis toutes mes affaires, il n'y a de divinité que Toi. »[narré par Abou Daoud].**

Si le serviteur s'exprime par cette invocation (DOUA'A) qui comporte l'assainissement du futur confessionnel et mondaine, en toute âme et conscience avec la présence d'une franche intention qui s'effectuera sur tous ses efforts dans le but d'atteindre cet objectif, certes Allah lui concretisera ce qu'il a sollicité, ce qu'il a espéré et verra que sa tristesse se tranformera en joie et gaieté.

CHAPITRE

10-Parmi les mobiles qui sont bénéfiques pour dissiper l'angoisse et la tristesse issues des catastrophes, le serviteur oeuvre à les tempérer en estimant que le pire a été évité et qu'il se prépare à l'accepter comme tel. Il se tranquilise comme il le peut. C'est par cette résignation et par cette démarche importante que disparaîtra ses angoisses et ses tristesses. Ainsi donc, il doit oeuvrer à se procurer de ce qui lui est bénéfique et qu'il repousse le mal selon la mesure du possible.

En effet s'il lui arrive à avoir peur ou qu'il soit victime d'une maladie ou qu'il soit soumis à l'épreuve de la pauvreté ou qu'il soit dénué de tous ses amours et désirs, il doit l'accepter avec sérénité et résignation tout en pensant que malgré sa situation, le pire a été évité. Le fait de se préparer à supporter les exécrations adoucit les peines et particulièrement si l'on se préoccupe de tout ce qui peut l'éloigner de cet environnement, selon ses possibilités.

Ainsi donc, il rassemble à son compte la résignation de son âme et les oeuvres bénéfiques qui l'ont préoccupé, sans qu'il accorde aucune importance que ça soit à ces sinistres.

Il faut qu'il renouvelle son énergie qui l'aidera à affronter les exécrations tout en s'appuyant sur l'aide d'Allah avec une parfaite confiance en lui. Il n'y a aucun doute que ses actes ont un grand profit sur la procuration de gaieté, de la bonne humeur et ajoutée à cela ce que le serviteur escompte comme récompense tôt ou tard. Beaucoup l'ont expérimenté.

CHAPITRE

11-Parmi les grands remèdes des maladies neuropathologiques et d'autres maladies du corps, la force du coeur qui réside en sa sérénité devant les illusions et les imaginations issues des mauvaises idées. Parcequ'une fois que l'homme se soumet aux chantages de l'imagination et qu'il réagit négativement devant ses effets (la peur, la maladie et autres comme la colère ou l'imbroglio qui plane sur l'attente d'une disparition annoncée de l'aisance) eh

bien ! Il se plongera dans l'angoisse, dans l'amertume et dans les maladies psychologiques dont les effets multiples sont apperçus par beaucoup des gens.

12-Quand le coeur s'appuie sur l'assistance d'Allah, se remet à lui, et ne se soumet pas aux illusions, ni aux mauvaises imaginations tout en restant confiant en Allah en se convoitant par ses grâces, alors toutes ses angoisses et ses tristesses se verront ruées. Il sortira sain et sauve de beaucoup de maladies. Son coeur sera comblé de force, de bonne humeur et de joie infinie. Combien des hopitaux se sont remplis des victimes d'illusions et de mauvaises imaginations? Combien de fois ces fléaux ont eu des effets nocifs sur des gens qu'on jugeait forts et qu'en sera-t-il pour les faibles ? Combien de fois ont-ils abouti à la folie ? Le bien-portant est celui qu'Allah a donné la chance d'affronter son âme jusqu'à ce qu'il se procure des mobiles bénéfiques renforçant son coeur et l'éloignant de toute angoisse. Allah, Le Très Haut, a dit : « **Et quiconque place sa confiance en Allah, Il**

[Allah] lui suffit. » [Sourate At-Talaq (le divorce) Verset :3], c'est à dire lui suffit dans tout ce qui l'importe sur sa réligion et son Dounya (bas-monde).

Celui qui s'en remet à Allah a un coeur fort qui résiste à toute illusion. Les événements ne le perturberont pas grâce à sa connaissance. Cependant seuls les faibles de caractère, les défaillants et les peureux craquent. Evidemment il sait qu'Allah est garant de celui qui s'en remet en lui. Il a confiance en Allah, il se rassure de Sa promesse. Son angoisse et sa tristesse s'éloignent. Sa peine se transforme en aisance, son chagrin en liesse et sa peur en sécurité.

Nous implorons Allah, Le Très Haut, de nous accorder la santé, et qu'il nous fasse grâce de la force du coeur, de la résistance par une résignation parfaite qu'il a garanti à ses fidèles et qu'il nous protège de toute exécration.

CHAPITRE

13-Sur les paroles du Prophète (pbsl) : **« Un croyant (musulman) ne frictionne pas une croyante (musulmane). S'il lui arrive de**

détester l'une de ses moeurs qu'il se satifasse d'une autre. » [narré par Mouslim].

A travers cette belle parole, nous tirons deux grandes paroles :

-Premièrement :L'orientation et l'attitude à adopter envers une épouse, un proche, un compagnon, un domestique et toute relation quelconque. Il faut que tu t'apprêtes à accepter leurs défauts, leurs faiblesses et tout ce que tu détestes d'eux. Dans le cas oú tu remarqueras l'un de ces défauts, tu es interpelé à les comparer à cette forte relation existante entre vous, à comparer surtout à leurs bienfaits, et aux objectifs particuliers et généraux que vous espérez atteindre. Neamoins en fermant l'oeil sur leurs défauts tout en reconnaissant leurs bienfaits, l'amitié et la relation persisteront et la quiétude régnera entre vous.

-Deuxièmement : La dissipation de l'angoisse et de la tristesse ; la subsistance de la sincérité, de l'accomplissement, de l'acquittement des obligations ainsi que d'autres droits surrégatoires et de la quiétude entre les deux parties.

Celui qui ne se voit pas orienter par ce que le Prophète (pbsl) a dit et qu'il contrarie cette

thèse, en remarquant les défauts et en fermant l'oeil sur leurs aspects positifs, certainement il sera angoissé et que ses relations connaîtront un froid et que beaucoup de droits et devoirs ne seront plus maintenus par les deux camps.

Beaucoup des gens ambitieux se préparent à accepter les catastrophes et les troubles avec patience et quiétude. Mais on s'apperçoit qu'ils font apparaître leur amertume dans des affaires dérisoires et insignifiantes. La raison est qu'ils se sont préparés à faire face aux grands problèmes et qu'ils ont négligé les problèmes minimes qui ont pour conséquence des effets néfastes sur leur comportement. Un homme résolu doit se préparer à faire face à tous problèmes grands comme petits, et qu'il sollicite le secours d'Allah pour qu'Il ne l'abandonne pas à son sort. A ce moment le petit problème lui sera commode comme l'a été le grand problème. Il y demeure fier, tranquille, reposé.

CHAPITRE

14-Un homme intelligeant doit savoir que sa vraie vie est celle du bonheur et la tranquilité.

Cette vie-là est très courte. Il ne faut pas qu'il la raccourcisse par des tristesses et qu'il s'abandonne aux griefs. Ceci contrarie la vraie vie. Il doit être avare de sa vie et de tout ce qui peut l'entraîner dans les angoisses et les mécontentements.

Sur ce point le généreux (croyant musulman) et l'impudique sont égaux mais le croyant (musulman) aura la plus grande part s'il le concrétise tôt ou tard.

15-Il lui faut aussi au cas oú il est soumis à une rude épreuve ou à une exécration ou à la crainte d'être soumis à une épreuve, qu'il compare les grâces obtenues d'Allah d'une manière confessionnelle ou mondaine à ce qui lui est advenu comme exécration. Il se trouvera à l'issu de cette comparaison qu'il est bondé de grâces, et de ce fait toutes les exécrations dont il fut victime se dissipent. Il faut qu'il compare aussi sa crainte du futur à des nombreuses hypothèses qui mènent vers son salut. Il ne faut pas qu'il admette que la faible hypothèse (crainte du futur) ait le dessus sur les nombreuses et les fortes hypothèses. C'est ainsi

qu'il s'éloignera de son angoisse et de sa crainte. Il faut qu'il présage le pire des hypothèses qui lui arriverait et qu'il se prépare à l'accueillir tout en cherchant à se protéger de ce qui n'est pas advenu ou bien de chercher à adoucir ce qui est advenu.

16-Parmi les choses les plus importantes, il faut que tu saches que les offenses et injures des gens ne te nuisent pas mais les nuisent eux-même, sauf si tu arrives à accorder à cela une importance, et que tu leur décernes ta conscience. En ce moment elles te nuiseront comme ça a été leurs cas. Si tu n'accordes aucune importance à cela, rien ne te nuisera.

17-Il faut que tu saches que ta vie est le reflet de tes pensées. Si ce sont des pensées bénéfiques pour la réligion ou le Dounya (bas-monde), ta vie sera bonne et heureuse et reciproquement.

18-Parmi ce qui est plus bénéfique pour refouler la tristesse ; ne chercher de

remerciement qu'à Allah. S'il t'arrive à faire un bienfait aux ayant-droits ou non, sache que c'est ton attitude envers Allah. Ne t'occupe pas de remerciements du bénéficiaire de ta charité ; comme Allah, Le Très Haut, a dit à l'égard des particuliers de sa créature : **« C'est pour le visage d'Allah que nous vous nourrissons : nous ne voulons de vous ni récompense ni gratitude. » [Sourate Al-Insaan (L'homme) Verset :9].**

Ceci se manifeste dans nos attitudes vis à vis de nos familles et de nos enfants.. Ceux dont vous nouez des fortes relations, le fait de se préparer à les protéger du mal libère la conscience.

Parmi ce qui procure la quiétude : le fait d'oeuvrer pour obtenir les grâces d'Allah sans contraintes ni empruntes de tout ce qui engoisse ; car, sans cela on risque de se retrouver bredouille parcequ'on a empruté un chemin parsemé d'embuches, c'est cela la sagesse à l'aide de laquelle tu tires des substances assombries des belles choses limpides. C'est ainsi que la clarté de la saveur se

multiplie et augmente alors que l'impureté se tarie.

19-Place tout ce qui est bénéfique au premier rang de tes préoccupations. Ne dédaigne pas à tout ce qui est nocif pour te préoccuper ainsi que pour te procurer la tristesse et l'angoisse. Profite de ton repos pour réaliser des actes plus importants.

20-Parmi Les choses les plus importantes, trancher le présent afin d'être libre pour le futur ;en effet si les travaux ne sont tranchés, ils s'en accumuleront avec les récents. Mais si tu en tranches à leur temps, tu affronteras les choses du futur avec force.

21-Distingue les travaux bénéfiques selon leur importance. Cherche là oú réside ton ardeur au travail. Le contraire de cela entraîne à la paresse et à la lassitude.

Recours à des vraies idées ; prends conseils auprés de tes frères car nul ne regrette la consultation ; étudie minutieusement tes projets,

si l'intérêt est déterminant va jusqu'au bout et fais confiance à Allah. Certes, Allah aime ceux qui se résignent à sa volonté.

Et louanges à Allah, Seigneur des Mondes . Que la paix et la bénédiction d'Allah soient sur notre maître Mohammed, sur sa famille et ses compagnons.

TABLE DES MATIERES

Pages

من مطبوعات وزارة الشؤون الإسلامية والأوقاف والدعوة والإرشاد
على نفقة مؤسسة إبراهيم بن عبد العزيز البراهيم الخيرية

الوسائل المفيدة للحياة السعيدة

تأليف
الشيخ عبد الرحمن بن ناصر السعدي
رحمه الله

باللغة الفرنسية

أشرفت وكالة شؤون المطبوعات والنشر بالوزارة على إصداره

١٤٢٢هـ